Twenty FRESH 7

ANGEBOTS MAGAZIN

REZEPTE

Cremiges Blumenkohl-Zwiebel-Gratin
Geschmorter Fenchel mit Zitronen-Couscous
Kaki-Mandel-Tarte
Kartoffel-Pastinaken-Gratin
Schneller Birnenkuchen

Warenkunde

Pastinake

Obst, Gemüse & mehr

KW 40

WIE BESTELLE ICH?

Wir schicken 1x die Woche den aktuellen Katalog in die WhatsApp Gruppe!

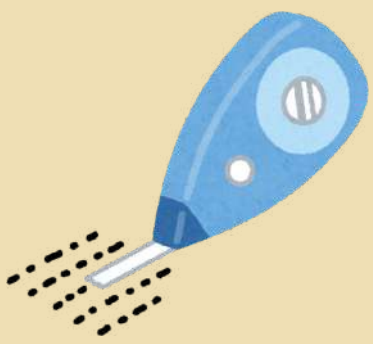
Suche dir deine Wunschartikel aus und bestelle direkt über die Gruppe, achte auf die genaue Angabe der gewünschten Artikel (z.B trocken oder frisch und die genaue Einheit) - Abholung erfolgt am darauffolgenden Tag - die Zeiten & Standort findest du immer in der Gruppenbeschreibung!

BITTE BEACHTE:

Gib bei deiner Bestellung immer deinen Namen oder Spitznamen an, damit wir deine Bestellung zuordnen können!

wichtig

Wenn du deine Nachricht abgeschickt hast bitte NICHT mehr löschen oder bearbeiten!



Du möchtest etwas Nachbestellen oder deine Bestellung korrigieren?
Kein Problem - schick eine NEUE Nachricht in die Gruppe und schreibe vor deinem Namen NACHBESTELLUNG oder KORREKTUR! So stellen wir sicher, dass nichts untergeht oder doppelt läuft.

BEISPIEL:

HILF MIT!

Du möchtest unser Projekt unterstützen?
Wir sind ständig auf der Suche nach neuen Ortschaften!
Du hast einen Stellplatz oder eine Garage die du uns einmal die Woche für ca. 2 Stunden zur Verfügung stellen könntest?
Spitze!
Schick uns eine WhatsApp an die
0176 84248438 oder 0176 72585845 und vielleicht sind wir bald schon in deiner Ortschaft!
Natürlich erhältst du im Gegenzug auch eine Wertschätzung von uns! :-)

1€ KRACHER!

1,00€

Lollo Bionda
1 Stück

1,00€

Kohlrabi DUO
2 Stück

1,00€

Blattspinat
ca. 250g

1,00€

Rote Bete DUO XL
ca. 700 - 750g

1,00€

Pastinake
ca. 500g

1,00€

Plattpfirsich
ca. 1 kg

1,00€

Premium Trauben
dunkel, kernlos, Sorte “Sable”
ca. 400g

1,00€

Limetten
3 Stück

1,00€

Romanasalatherzen
1 x 2er

1,00€

Nektarinen
ca. 1 kg

1,00€

Kanzi 5er
5 Stück ca. 600g
Kleine Snackäpfel ohne
“Kanzi”Sticker

1,00€

Gurke BIO
1 Stück

1,00€

Mairüben
1 Bund

KARTOFFEL-PASTINAKEN-GRATIN

Für 4 Portionen:

400g Kartoffeln
400g Pastinaken
1 ELButter
50g geriebener Käse
250ml Sahne
2 frische Rosmarin-Zweige
Salz und Pfeffer

1. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. In der Zwischenzeit die Kartoffeln und Pastinaken schälen. Beides in Scheiben schneiden.

2. Eine Auflaufform mit Butter einfetten. Die Kartoffel- und Pastinakenschichten auf den Boden legen, bis die Form fast voll ist. Die Sahne darüber gießen. Das Gericht mit Salz, Pfeffer und geriebenem Käse bestreuen.

3. Den Auflauf 45 Minuten lang im Ofen backen. In den letzten 10 Minuten Rosmarinzweige auf den Auflauf legen. Du kannst das Gratin mit Alufolie abdecken, wenn es zu schnell braun wird.

Guten Appetit!

Blumenkohl, Honigmelone, Bio Zucchini & Trauben kernlos garantiert!

18,90€

ca. **12** kg*

Big Family Mix

Aktuelle Zusammenstellung!
DEINE Kiste wird zu ca. 90% so aussehen!

Wir stellen euch bei jeder Verteilung eine Tauschkiste zur Verfügung, sollte dir also etwas in deiner Kiste nicht zu sagen, kannst du es vor Ort mit der Tauschkiste austauschen!

*je nach Beschaffenheit der Artikel kann das Gewicht nach oben oder nach unten abweichen!

Paprika, Gurken, diverses Steinobst & Tomaten garantiert!

8,50€

ca. **5,5** kg*

Single Mix

Aktuelle Zusammenstellung!
DEINE Kiste wird zu ca. 90% so aussehen!
Artikel wie z.B. Fenchel können vor Ort getauscht werden 😉

Wir stellen euch bei jeder Verteilung eine Tauschkiste zur Verfügung, sollte dir also etwas in deiner Kiste nicht zu sagen, kannst du es vor Ort mit der Tauschkiste austauschen!

*je nach Beschaffenheit der Artikel kann das Gewicht nach oben oder nach unten abweichen!

Honigmelone,
Granatapfel,
Mango & Trauben
kernlos garantiert!

8,50€

ca. **6,3** kg*

Special Obst

Aktuelle Zusammenstellung!
DEINE Kiste wird zu ca. 90% so aussehen!

Wir stellen euch bei jeder Verteilung eine Tauschkiste zur Verfügung, sollte dir also etwas in deiner Kiste nicht zu sagen, kannst du es vor Ort mit der Tauschkiste austauschen!

*je nach Beschaffenheit der Artikel kann das Gewicht nach oben oder nach unten abweichen!

Blumenkohl,
Tomaten, Gurken &
Paprika garantiert!

8,50€

ca. **5** kg*

Single Gemüse

Wir stellen euch bei jeder Verteilung eine Tauschkiste zur Verfügung, sollte dir also etwas in deiner Kiste nicht zu sagen, kannst du es vor Ort mit der Tauschkiste austauschen!

*je nach Beschaffenheit der Artikel kann das Gewicht nach oben oder nach unten abweichen!

Steinobst-Kiste

Aktuelle Zusammenstellung!
DEINE Kiste wird zu ca. 80% so aussehen!

*je nach Beschaffenheit der Artikel kann das Gewicht nach oben oder nach unten abweichen!

Citrus-Kiste

Aktuelle Zusammenstellung!

*je nach Beschaffenheit der Artikel kann das Gewicht nach oben oder nach unten abweichen!

2x Gurken, Tomaten, Gelbe Möhren garantiert!

6,90€

Salat-Kiste

Aktuelle Zusammenstellung!
DEINE Kiste wird zu ca. 80% so aussehen!

3x Birnen Sorten (z.B. Alexander Lucas, Conference und Flaschenbirne) & 2x Apfel Sorten

9,90€

ca. 5 kg

Abi Kiste

Äpfel & Birnen

neue Ernte!

*je nach Beschaffenheit der Artikel kann das Gewicht nach oben oder nach unten abweichen!

8,90€

ca. 4,5 kg

Birnen Kiste

Deutsche Neue Ernte

Zwei Sorten, Alexander Lucas und Conference

*je nach Beschaffenheit der Artikel kann das Gewicht nach oben oder nach unten abweichen!

3x Birkel 600g Edition & 3x Knorr garantiert!*

6,90€

Warenwert ca. 12,00€

Pasta Kiste

Aktuelle Zusammenstellung!
* Sorte nach Verfügbarkeit
MHD: Ende des Jahres

Für Groß und klein!
Alle Artikel
garantiert!

9,90€
zzgl. 0,25€ Pfand

Frühstückskiste

Aktuelle Zusammenstellung!

MHD: Ende des Jahres außer getrocknete Feigen, Anfang Oktober 2025

Alle Artikel garantiert!

6,50€

Mini Bunte Kiste

Aktuelle Zusammenstellung!

MDH: Tlw. überschritten aber Doritos und M&Ms Ende des Jahres 2025!

Kids Kiste

Aktuelle Zusammenstellung!
DEINE Kiste wird zu **90%** so aussehen!

MHD tlw. überschritten aber getestet und garantiert gut!

Snack Kiste

Aktuelle Zusammenstellung!
DEINE Kiste wird zu **100%** so aussehen!

MHD: September bis November 2025

WOHER KOMMT UNSERE WARE?

Liebe Retter,

Unsere Lebensmittel kommen direkt aus der Produktion, aus den Großhandel-Strukturen oder vom Regionalen Bauern.

In der Regel handelt es sich dabei um Artikel die nicht in den den Supermarkt kommen. Wir retten keine Ware aus "Containern".
Vielmehr bieten wir Produkte an, die aus unterschiedlichen Gründen aussortiert wurden, wie etwa kleine Schönheitsfehler, zu krumm, zu lang, ein nicht ausreichendes Mindesthaltbarkeitsdatum oder einfache Etikettierungsfehler.

Es handelt sich jedoch um vollständig genießbare und wertvolle Lebensmittel, die der Norm nicht entsprechen, aber dennoch qualitativ hochwertig sind.

Indem ihr bei uns einkauft, tut ihr nicht nur eurem Geldbeutel etwas Gutes, sondern unterstützt auch aktiv die Umwelt. Gemeinsam vermeiden wir unnötige Verschwendung und sorgen dafür, dass diese Produkte ihren Weg auf eure Teller finden, anstatt in den Müll zu wandern.

Danke, dass ihr ein Teil dieser Bewegung seid und mit uns einen Beitrag zur Lebensmittelrettung leistet!

Mahsum & William

KAKI-MANDEL-TARTE

<u>Für 4 Personen:</u>

<u>Für die Sahne:</u>
200g Schlagsahne
4 EL Honig
<u>Für den Belag:</u>
250g Butter
200g Mandeln, gemahlen
100g Zucker
3 Stk. Kakis
<u>Für den Mürbeteig:</u>
125g Mandeln, gemahlen
125g Weizenmehl, Type 550
125g Butter, weich
90g Puderzucker
1 Eigelb

1. Den Backofen auf 160°C Umluft vorheizen.

2. Die Mandeln sowie das Weizenmehl durchsieben und in eine Rührschüssel geben. Die Butter, den Puderzucker sowie das Eigelb hineingeben. Die Zutaten mit dem Knethaken der Rührmaschine zu einem festen Teig verkneten, zu einer Kugel formen. Die Teigkugel in Frischhaltefolie einwickeln und für 30 Min. im Kühlschrank kaltstellen.

3. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und eine runde Tarteform damit auskleiden. Den Teig mit einer Gabel mehrfach einstechen. Anschließend eine Schicht Backpapier auf den Teig legen und mit getrockneten Erbsen die Form auffüllen.

4. Die Tarte für 10 Min. im vorgeheizten Backofen blindbacken.

5. In der Zwischenzeit die Butter für die Füllung schmelzen, die gemahlenen Mandeln sowie den Zucker hinzugeben und unterrühren.

6. Die Kaki waschen, halbieren und in feine Scheiben schneiden. Alternativ können Sie hier auch Apfel oder Birnen verwenden.

7. Die Backerbsen und das Backpapier entfernen und die Mandelmasse in die Tarte füllen. Die Kakischeiben spiralförmig auf der Mandelschicht anrichten und die Tarte für weitere 15 Min. backen.

8. Die Sahne steif schlagen. Den Honig unterheben und zur warmen Tarte servieren.

Guten Appetit!

WE ARE FAMILY

9,90€

Family - BIO Apfelkiste Regional
ca. 4,5 kg
Säuerliche und süßliche Sorten,
Sorte nach Verfügbarkeit!

~~39,69€~~
9,90€

Family - Haselnusskerne gehobelt & geröstet
21 x 100g
MHD: 04.09.2025

5,90€

Family - Nektarinen Marmelade
ca. 7kg
tlw. weiche Stellen aber kein Verderb!

5,90€

Family - Soßen Tomaten
ca. 5 kg
tlw. weiche Stellen aber kein Verderb!

14,90€

Family - Saftorangen
ca. 15 kg
kleine Kaliber, perfekt zum pressen!

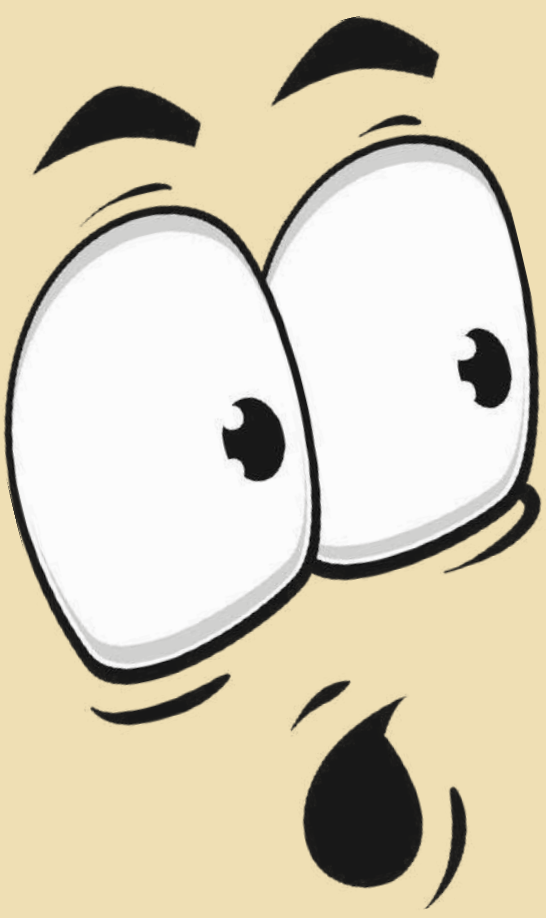
6,90€

Family - Kaki
ca. 12 Stück
Sehr süß, Spezielle Sorte tlw. Grüner Sorte, zu Hause 3 Tage liegen lassen.

8,90€

Family - Premium Cherrytomaten
ca. 3kg

MEGA DEAL



~~46,12€~~

14,90€

Family - Pink Lady Äpfel

ca. 12,5 kg

CREMIGES BLUMENKOHL-ZWIEBEL-GRATIN

Für 6 Portionen:

250 ml Sahne
60g Butter
2 Zehen Knoblauch (gerieben)
grobes Meersalz
Pfeffer
1½ kg Blumenkohl
½ Zwiebel
175g geriebener Gruyèrekäse
Chiliflocken (optional)
175g Panko Paniermehl (optional)
3 EL Sesam
4 EL Olivenöl

1. Backofen auf 220 °C vorheizen.

2. Sahne, Butter und Knoblauch in einem kleinen Topf bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen, dann vom Herd nehmen.

3. Blumenkohl in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. Kleinere Stücke auf dem Boden einer runden, ofenfesten Form (23 cm Ø) verteilen. Darauf Zwiebelringe und eine Schicht Käse (Gruyère oder weißer Cheddar) legen.

4. Abwechselnd Blumenkohl, Zwiebelringe und Käse schichten, mit Käse abschließen. Sahnemischung gleichmäßig darüber gießen und nach Belieben Chiliflocken streuen. Mit Alufolie abdecken und 20–25 Minuten backen, bis der Blumenkohl weich ist.

5. Folie entfernen und weitere 15–20 Minuten backen, bis die Oberfläche goldbraun ist und die Käsesahne brodelt.

6. Optional: Brösel, hellen Sesam und Olivenöl mischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Über das Gratin streuen und 8–10 Minuten goldbraun backen. Gratin aus dem Ofen nehmen und etwas abkühlen lassen.

Guten Appetit!

GREEN CHOICE

1,90€

Rote Zwiebeln Gourmet
ca. 1kg

1,70€

Knoblauch getrocknet
ca. 250g

1,50€

Schalotten
ca. 500g

~~1,99€~~
1,30€

Zuckermais gekocht
MHD: ende des Jahres 2025

1,50€

Spitzpaprika weiß
ca. 500g

~~3,59€~~
1,90€

Bluccoli
ca. 500g

1,70€

Gelbe Möhren
ca. 750g

1,30€

Backkartoffel DUO
Mittel groß

1,50€

Fenchel DUO
2 Stück

KÜRBIS SCHNITZEN

1. Deckel abnehmen
Schneide den Deckel mit einem großen, scharfen Messer vom Kürbis ab. Setze den Schnitt schräg zur Mitte an, um eine größere Auflagefläche zu schaffen, sodass der Deckel später nicht nach innen fällt. Lass den Kürbisstiel stehen, da er beim Wechseln der Kerzen als Griff dient. Glätte die Innenseite des Deckels mit einem Messer.

2. Kürbis aushöhlen
Hier beginnt die eigentliche Arbeit. Es ist wichtig, möglichst alle Kerne, Fasern und sogar ein bis zwei Zentimeter der Kürbiswand zu entfernen. Nur so kann sichergestellt werden, dass der Kürbis nicht vorzeitig schimmelt.
Das richtige Werkzeug spielt bei dieser Aufgabe eine entscheidende Rolle. Ein gewöhnlicher Löffel ist oft nicht scharf genug, um die Fasern effektiv zu durchtrennen und Teile der Wand abzukratzen. Ein gezahnter Löffel ist daher die bessere Wahl.

3. Motiv

Aufmalen: Male das Motiv zunächst auf. Verwende hierfür keinen schwarzen Filzstift. Dieser lässt sich nicht entfernen und sieht unordentlich aus, wenn du die Linien nicht exakt ausschneidest. Besser: Bleistift oder einen abwaschbaren roten Marker. Dieser lässt sich vollständig entfernen und das Rot fällt auf dem orangenen Kürbis weniger auf, wenn du doch mal eine Stelle übersehen solltest.

Vorlage übertragen: Drucke eine Vorlage auf Papier aus und klebe sie auf den Kürbis. Nun kannst du mit einer großen Nadel Löcher entlang der Linie des Motivs durch das Papier in den Kürbis stechen. Am Ende die Vorlage entfernen und den Kürbis entlang der eingestanzten Löcher schnitzen.

4. Gesicht aus dem Kürbis schnitzen
Konturen mit einem scharfen Küchenmesser oder Cutter herausschneiden, sodass ein Gesicht entsteht.

Extra-Tipp: Wenn du den Kürbis vor dem Herausschneiden der Schale entlang der aufgezeichneten Linien mit einer Nadel punktierst, erleichtert das das präzise Schnitzen erheblich.

HALLOWEEN-KÜRBIS HALTBAR MACHEN

Damit du lange Freude an deinem Halloween-Kürbis hast, solltest du einige Pflege-Tipps beachten:

- Lagere den Kürbis kühl und trocken
- Reibe die Schnittkanten und das Innere des Kürbisses gründlich mit einem Küchentuch trocken (je feuchter ein Kürbis ist, umso anfälliger ist er für Schimmel!)
- Lasse den Kürbis ausreichend trocknen, bevor du eine Kerze hineinstellst - sonst besteht Brandgefahr!
- Zum Konservieren kannst du den Kürbis mit Essigwasser ausspülen sowie innen und entlang der Schnittkanten mit Vaseline einreiben
- Das Einsprühen mit Haarspray konserviert den Kürbis von außen

GREEN CHOICE

1,60€

Salarico DUO
2 Stück

~~4,59€~~
1,50€

MIX Paprika BIO
ca. 400g, rot / gelb

1,40€

Buschbohnen
ca. 500g

~~4,29€~~
1,90€

BIO Pflaumentomaten
ca. 250g

4,90€

Halloween Kürbis
Schnitzkürbis
ca. 5 - 7 kg

~~2,29€~~
1,90€

Blumenkohl
1 Stück

~~5,97€~~
2,50€

Pflücksalat
ca. 500g

GESCHMORTER FENCHEL MIT ZITRONEN-COUSCOUS

Für 4 Portionen:

Für den geschmorten Fenchel

2 große Knollen Fenchel
ca. 600 g
3 EL Olivenöl
1 TL Fenchelsamen
½ TL Salz
3 Zehen Knoblauch
2 EL Sojasauce
2 TL Sumach (optional)

Für den Zitronen-Couscous

25g getrocknete Datteln
150g Couscous
½ TL Salz
¾ TL Orangenzesten (optional)
½ TL Zitronenzesten
30 ml Zitronensaft
½ TL schwarzer Pfeffer

1. Fenchelknollen durch den Strunk halbieren, das Fenchelgrün für die Deko beiseitelegen. Die Hälften auf die Schnittseite legen und erneut halbieren, die Viertel dann je nach Größe dritteln oder halbieren.

2. Öl in eine heiße Schmorpfanne geben, die Fenchelspalten hineingeben, mit Fenchelsamen und Salz würzen und etwa 5 Minuten ohne das Gemüse großartig zu bewegen goldbraun braten. Fenchel wenden und weitere 3 Minuten braten.

3. Knoblauch in Scheiben schneiden. Zum Fenchel geben, mit 75 ml Wasser ablöschen und bei mittlerer Hitze mit Deckel 10 Minuten schmoren lassen.

4. Währenddessen für den Zitronen-Couscous Datteln würfeln. Zusammen mit dem Couscous und Salz in eine ausreichend große Schale geben, mit 175 ml kochendem Wasser übergießen, mit einem Deckel oder einem Teller abdecken und etwa 5–7 Minuten quellen lassen.

5. Deckel der Pfanne abnehmen und überschüssiges Wasser vom geschmorten Fenchel kurz einreduzieren lassen. Mit Sojasauce würzen, den Fenchel darin wenden und bei niedriger Hitze 1–2 Minuten karamellisieren lassen.

6. Orangen- und Zitronenzesten zum Couscous geben, mit Zitronensaft und Pfeffer würzen und mit einer Gabel oder einem Löffel unterheben und dabei den Couscous auflockern.

7. Couscous auf Teller verteilen, Fenchelspalten darauf geben und mit Fenchelgrün und Sumach toppen.

Guten Appetit!

SWEET & JUICY

~~2,98€~~
1,90€

Kaki Premium TRIO
3 Stück
Sehr süß, Spezielle Sorte tlw. Grüner Sorte, zu Hause 3 Tage liegen lassen.

2,50€

3er Jonagold Äpfel
3 Stück ca. 900g - 1kg

1,70€

Pflaumen rosé
ca. 500g

1,50€

Kaktusfeigen
ca. 500g

1,90€

10er Saftorangen
10 Stück ca. 1,4 kg
Kleine Kaliber perfekt zum pressen!

~~2,99€~~
1,50€

Birnen BIO
grün ca. 500g

3,50€

Clementinen
ca. 3 kg

2,20€

Honigmelone MINI
ca. 1,2 - 1,6kg

1,90€

1er Aprikosen
1 x ca. 1 kg

~~2,49€~~
1,90€

Trauben Mix
ca. 500g

1,50€

Limetten BIO
4 Stück

SCHNELLER BIRNENKUCHEN

Für 4 Portionen:

4 Birnen (ca.700g)
150g weiche Butter
150g Zucker
1Pck. Bourbon-Vanillezucker
1Prise Salz
3 Eier (Gr. M)
230g Mehl
3TL Backpulver
50g Walnüsse
1 EL Wasser
2 EL Zucker

1. Backofen auf 180 Grad vorheizen. Springform (Ø 26 cm) mit Backpapier auslegen. Birnen schälen und vierteln. Kerngehäuse aus den Birnenvierteln herausschneiden.

2. Butter mit Zucker, Vanille-Zucker und Salz schaumig schlagen. Nach und nach die Eier zugeben und weiter auf höchster Stufe schaumig schlagen. Zuletzt Mehl mit Backpulver mischen und unter den Teig rühren. Teig in die Form füllen und glatt streichen.

3. Birnenhälften, mit der Wölbung nach oben, dicht auf dem Kuchen verteilen und etwas in den Teig drücken. Walnüsse grob hacken und in einer Schüssel mit 1 EL Wasser benetzen und mit Zucker bestreuen. Nüsse auf dem Kuchen verteilen. Ca. 30 Min. backen. Auskühlen lassen.

Guten Appetit!

PASTINAKEN

...helfen dem Herzen:
Speziell Menschen mit einem hohen Blutdruck dürfen gern öfter Pastinaken essen: Das Gemüse ist mit rund 523 Milligramm pro 100 Gramm besonders reich an Kalium, und dieser Mineralstoff entlastet Herz und Kreislauf auf natürliche Weise.

...schonen den Magen:
Gerade wer einen empfindlichen Magen hat, sollte ruhig öfter Pastinaken essen: sie sind besonders leicht verdaulich und beruhigen den Magen durch die enthaltenen ätherischen Öle.

...mögen auch Babys:
Schon Babys mögen Pastinaken, weil sie leicht süßlich schmecken. Gekocht oder gedünstet und eventuell mit Möhren oder Erbsen kombiniert bekommen Pastinaken am besten!

...enthalten Pektin:
Ein Teil der Ballaststoffe in Pastinaken besteht aus Pektin. Dieser lösliche Ballaststoff fördert die Verdauung sanft, aber wirksam - und sorgt außerdem für ein länger anhaltendes Sättigungsgefühl.

...stärken die Nerven:
Mit 26 Milligramm Magnesium je 100 Gramm gehören Pastinaken zu den Gemüsesorten mit einem mittleren Anteil – und sind auf jeden Fall eine gute Wahl für ein gut funktionierendes Nerven- und Muskelsystem!

...wirken leicht antibakteriell:
Ihren typischen würzig-aromatischen Geschmack verdanken Pastinaken den darin enthaltenen ätherischen Ölen. Sie sorgen auch dafür, dass Pastinaken einen gewissen Schutz vor Bakterien bieten.

...unterstützen beim Abnehmen:
Ihren leicht süßen Geschmack verdanken Pastinaken zwar einem relativ hohen Zuckergehalt. Trotzdem können Figurbewusste sie ohne Reue genießen, denn Pastinaken sind eher kalorienarm und punkten dazu mit reichlich natürlich entwässerndem Kalium.

OBST & GEMÜSE RICHTIG WASCHEN!

So gehts:

1. 1 EL Natron in einem Liter Wasser auflösen.
2. Obst, Salat oder Gemüse in die Mischung geben und für 15-20 Minuten einweichen.
3. 0,25 l Haushaltsessig und den Saft einer halben Zitrone hinzufügen. Die Mischung nochmals kurz einwirken lassen, bis sie aufhört zu blubbern.
4. Anschließend unter klarem Wasser abspülen.

Du wirst überrascht sein, denn manchmal bildet sich danach auf der Wasseroberfläche ein undurchsichtiger Film. Das sind die Substanzen, die du bestimmt nicht auf deinem Obst/Gemüse haben willst und die ausgeschwemmt wurden.

Tierische Freunde

FÜR TIERE

5,90€

Tierkiste - Eisbergsalat
10 Stück

6,90€

Tierkiste - Romanasalat
10 x 3 Stück
gute Qualität!

2,90€

Tierkiste - Rucola
6 x 500g

3,00€

Tierkiste - Wassermelone
3 Stück

5,90€

Tierkiste - Family Gurken
22 Stück
vereinzelt weiche stellen aber
kein Verderb!

1,90€

Tierkiste - 3er Gurken BIO
3 Stück

WIR RECYCELN!

Wir nehmen alle Kartons und sonstiges Verpackungsmaterial wie Plastik oder Papierschalen, die noch in gutem Zustand sind,

mit Kusshand zurück.

Einfach bei eurer nächsten Abholung bei uns abgeben.

Vielen Dank!

REDUCE
REUSE
RECYCLE

Trockenartikel

SNACK ATTACK

~~5,98€~~
3,90€

Fruit Bars DUO
Peppa Pig
2 x 100g Entspricht 10 Riegel
MHD: Ende des Jahres

~~5,99€~~
2,90€

Walnüsse in der Schale
ca. 500g
neue Ernte aus Chile 32mm+

~~3,78€~~
1,50€

Haselnusskerne DUO
gehobelt & geröstet
2x 100g
MHD: 04.09.2025
zum backen oder für´s Müsli

~~7,47€~~
3,30€

3er Mini Feigen
3 x ca. 250g
MHD: 03.10.2025

~~2,79€~~
1,90€

Meggle Focaccia
ca. 250g
MHD: 08.10.2025

~~34,86€~~
9,90€

14er Mini Feigen
14 x ca. 250g
MHD: 03.10.2025

CLEAN VIBES

Nur **0,11€** pro Tab!

~~31,47€~~
14,90€

Omo TRIO
Waschmittel-Pods
Jede Sorte 1 x
3 x 42 Tabs (3 x 840g)

Nur **0,14€** pro Tab!

~~10,49€~~
5,90€

Marseille-Seife & Frühlingsblüten Omo
Waschmittel-Pods
42 Tabs (840g)

Nur **0,14€** pro Tab!

~~10,49€~~
5,90€

Lavendel & Eukalyptus Omo
Waschmittel-Pods
42 Tabs (840g)

Nur **0,14€** pro Tab!

~~10,49€~~
5,90€

Weiße Orchidee & Minze Omo
Waschmittel-Pods
42 Tabs (840g)

MHD!

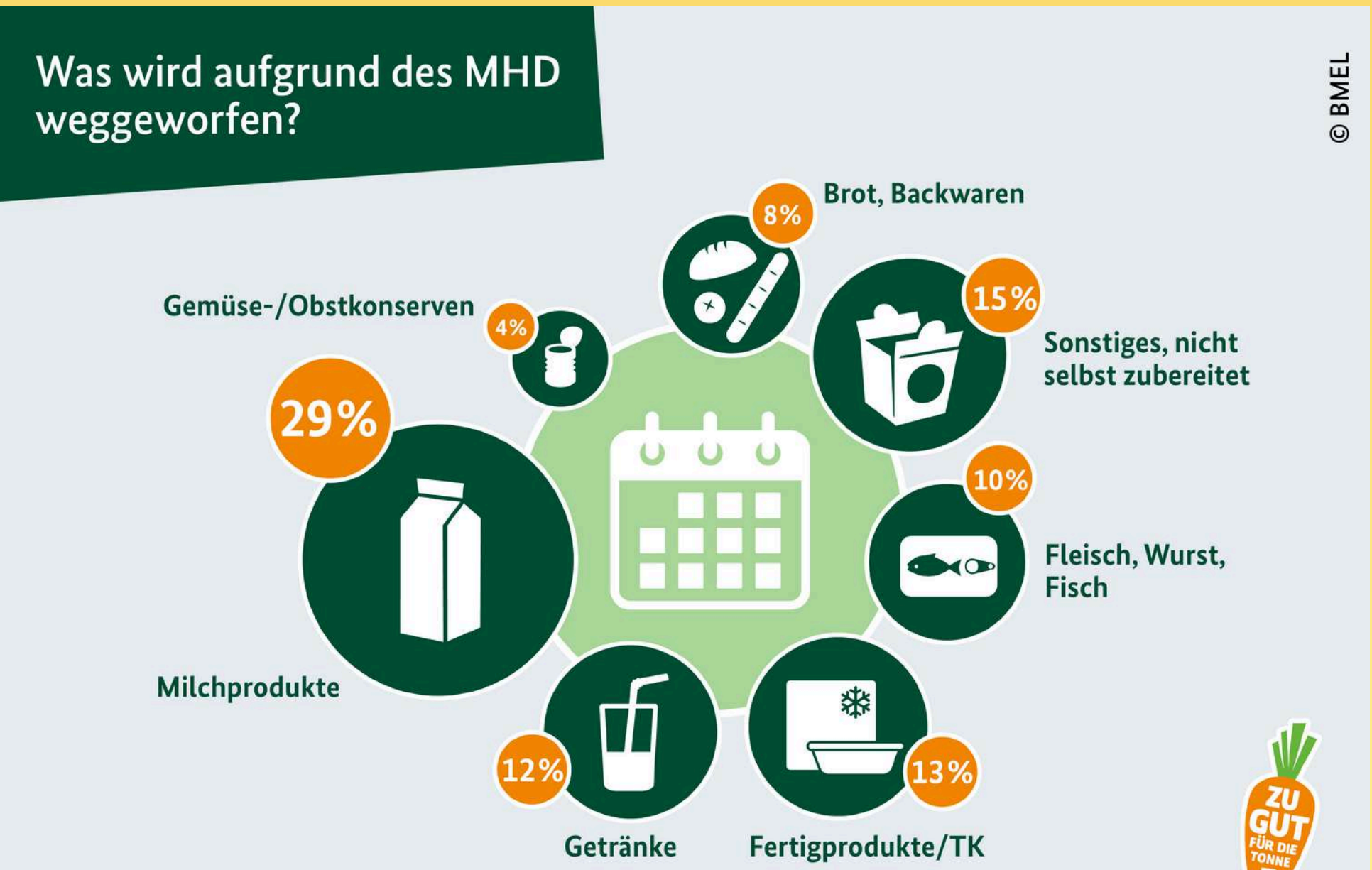
Entgegen der weit verbreiteten Annahme, das Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) sei ein Verfallsdatum, dient es in Wirklichkeit als Orientierungshilfe. Es gibt an, bis zu welchem Datum ein ungeöffnetes Lebensmittel seine typischen Eigenschaften wie Geschmack, Farbe oder Nährwerte garantiert behält – vorausgesetzt, es wird korrekt gelagert.

Lebensmittel mit abgelaufenem MHD sind also nicht automatisch verdorben und können fast immer noch genießbar sein. Dennoch sollten Sie vor dem Verzehr überprüfen, ob das Produkt noch in einwandfreiem Zustand ist. Verlassen Sie sich dabei auf Ihre Sinne: Lebensmittel, die ungewöhnlich riechen, schmecken oder ihre Farbe verändert haben, sollten nicht mehr verzehrt werden.

Besondere Vorsicht ist beim sogenannten Verbrauchsdatum geboten! Dieses Datum wird auf besonders leicht verderblichen Lebensmitteln wie Hackfleisch angegeben und lautet: „Zu verbrauchen bis…“. Nach Ablauf dieses Datums sollte das Produkt entsorgt werden, um gesundheitliche Risiken zu vermeiden.

Wird ein Artikel ordnungsgemäß gelagert, kann er oft noch Monate, in einigen Fällen sogar 1–2 Jahre nach Ablauf des MHD, genießbar sein.

Bei uns werden alle Artikel gründlich geprüft, bevor sie das Lager verlassen.



Anteile der Produktgruppen in Prozent innerhalb des Wegwerfgrunds Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD), eigene Darstellung; Quelle: Systematische Erfassung des Lebensmittelabfalls der privaten Haushalte in Deutschland 2020. GfK (2021)

Candy Shop

Jetzt gibts was zu Naschen!

SWEET & SALTY

~~3,57€~~

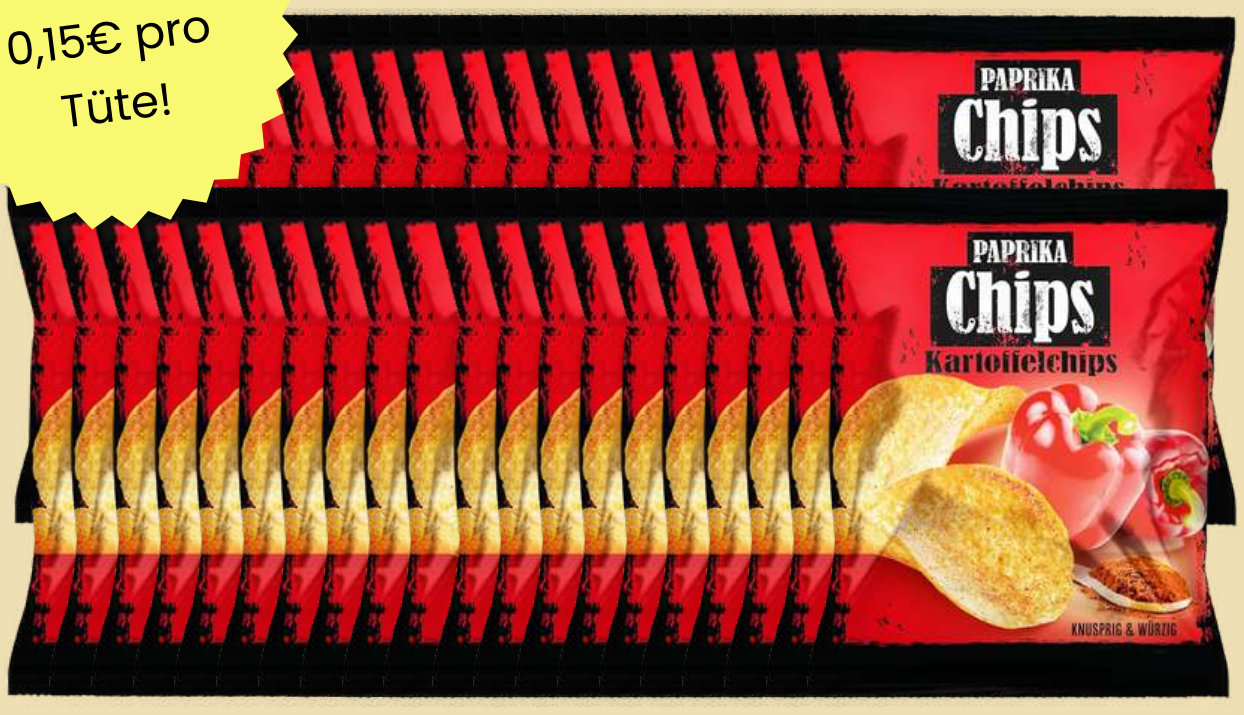
2,90€

Ballz TRIO

3 x 75g

MHD: 20-23.08.2025

nicht mal 0,15€ pro Tüte!



~~14,99€~~

5,90€

Paprika Chips

ganzer Karton 40 x 20g

MHD: 21.10.2025

SWEET & SALTY

3,90€

Kinder Creamy
5 Stück
MHD: 29.05.2025

4,90€

Sponjy Cake Trio
3 x 200g
MHD: 07.11.2025
Sorte nach Verfügbarkeit!

3,90€

Creamy Eier
3 Sorten - 15 Stück
MHD: Juli 2025

~~3,87€~~
1,50€

3er Haribo Schlümpfe
3 x 75g
MHD: 07/2025

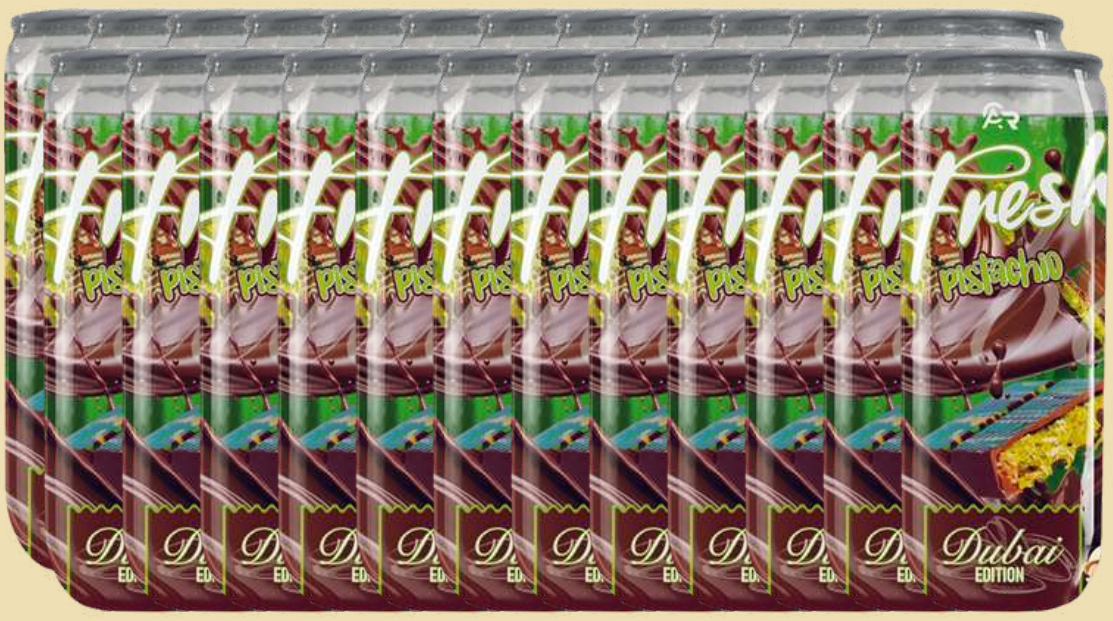
9,90€

Oreo Kiste
MHD: Ende des Jahres 2025

LEMON
lager
Juicy
GRAPE
FRUIT
fresh
milk
shake
Blueberry
STRAW
BERRY
CHERRY BERRY
appl
SUMMER
cocktail

Drinks

DRINKS



~~54,96€~~
17,90€

Family Fresh Pistachio 24er
Erfrischungsgetränk
24 x 330ml
MHD: ende Oktober 2025
Preis zzgl. 6,00€ Pfand!

~~4,58€~~
1,90€

Fresh Pistachio DUO
Erfrischungsgetränk
2 x 330ml
MHD: ende Oktober 2025
Preis zzgl. 0,50€ Pfand!

~~28,56€~~
9,90€

Family Schwip Schwap Zero Orange
24 x 0,5l
MHD: Ende September 2025
zzgl. 6,00€ Pfand

~~14,94€~~
10,90€

Family Valensina
Fruits + Eisen
6 x 0,75l
MHD: Ende des Jahres 2025
zzgl. Pfand 1,50€

~~2,38€~~
1,60€

2er Schwip Schwapp Zero Orange
2 x 0,5l
MHD: Ende September 2025
zzgl. Pfand 0,50€

RETTEST DU SCHON?

Du möchtest mit uns Lebensmittel retten, weißt aber nicht wo?

Kein Problem, schick uns einfach eine WhatsApp an die 0176 84248438 (William) oder 0176 72585845 (Mahsum) mit deinem Wohnort und wir schicken dir alle Details zum Standort in deiner Nähe!

MAHSUM

WILLIAM

Impressum
Welk,William & Kara, Mahsum GbR
Niedernstraße 12
33602 Bielefeld